



000099

РФ, ХМАО-Югра, г. Сургут
Акционерное общество
«Комбинат школьного питания»

Акционерное общество «Комбинат школьного питания»

Структурное подразделение Столовая МБОУ СОШ № 3 МБОУ МБОУ СОШ №3

Материально-ответственное лицо Рубан А.А. Дата 19.11.2024

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
*Завтрак (7 - 11 лет)						
Чевабчичи мясные	100	11,96	15,45	1,63	221,63	ТТК 550/1
Салат из свежей капусты с огурцом	80	1,14	1,45	5,66	46,68	ТТК 926
Каша перловая рассыпчатая	200	2,70	2,45	43,85	189,86	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	630	19,19	19,85	83,26	594,68	
Стоимость питания, руб:						166,00
*Обед (7 -11 лет)						
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2	ТТК 1069
Тефтели Детские	100	14,99	15,81	5,28	256	ТТК 547/1
Картофель запеченный из отварного	200	4,17	6,06	65,74	337,73	ТТК 904
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	60	0,54	0,08	2,38	11,54	ТТК 674
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 913/1
Говядина отварная для 1 блюдо	16	2,18	1,56	0,13	23,07	ТТК 910
Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	ТТК 664
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15	ТТК 629
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	931	30,62	30,42	131,81	937,62	
Стоимость питания, руб:						248,00
*Бесплатное питание (с 12 лет)						
Салат из свежей капусты с морковью	60	0,91	2,99	3,95	44,14	ТТК 925
Макаронные изделия отварные цветные	200	6,19	4,12	36,80	220,44	ТТК 578
Какао с молоком	200	1,06	0,85	9,00	50,16	ТТК 610
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	485	9,83	8,21	60,78	368,74	
Стоимость питания, руб:						55,00
*Завтрак (12 лет и старше)						
Чевабчичи мясные	100	11,96	15,45	1,63	221,63	ТТК 550/1
Каша перловая рассыпчатая	200	2,70	2,45	43,85	189,86	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	50	3,34	0,50	22,06	108	ТТК 609
Итого за день:	550	18,00	18,40	76,62	544	
Стоимость питания, руб:						146,00

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

*Обед (12 лет и старше)						
Тефтели Детские	100	14,99	15,81	5,28	256	ТТК 547/1
Картофель запеченный из отварного	200	4,17	6,06	65,74	337,73	ТТК 904
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	48	0,43	0,06	1,90	9,24	ТТК 674
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	250	5,69	5,42	20,90	130,52	ТТК 913/1
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Итого за день:	823	27,00	27,60	114,91	816	
Стоимость питания, руб:						146,00
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Завтрак						
Чевабчичи мясные	100	11,96	15,45	1,63	221,63	ТТК 550/1
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2	ТТК 1069
Салат из свежей капусты с огурцом	20	0,28	0,36	1,42	11,67	ТТК 926
Каша перловая рассыпчатая	180	2,43	2,21	39,47	170,87	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	640	18,06	18,52	83,19	574,88	
*Льготное питание I смена (7-11 лет)-Обед						
Тефтели Детские	100	14,99	15,81	5,28	256	ТТК 547/1
Картофель запеченный из отварного	180	3,76	5,45	59,17	303,96	ТТК 904
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	50	0,45	0,07	1,98	9,62	ТТК 674
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 913/1
Говядина отварная для I блюд	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15	ТТК 629
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	832	31,86	32,19	116,71	897,93	
Итого за день:	1 472	49,92	50,71	199,90	1 472,81	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание II смена (7-11 лет)-Обед						
Тефтели Детские	100	14,99	15,81	5,28	256	ТТК 547/1
Картофель запеченный из отварного	180	3,76	5,45	59,17	303,96	ТТК 904
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	50	0,45	0,07	1,98	9,62	ТТК 674
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 913/1
Говядина отварная для I блюд	27	3,68	2,63	0,22	38,92	ТТК 910
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15	ТТК 629
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	832	31,86	32,19	116,71	897,93	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

*Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Чевабчичи мясные	100	11,96	15,45	1,63	221,63	ТТК 550/1
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2	ТТК 1069
Салат из свежей капусты с огурцом	20	0,28	0,36	1,42	11,67	ТТК 926
Каша перловая рассыпчатая	180	2,43	2,21	39,47	170,87	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	640	18,06	18,52	83,19	574,88	
Итого за день:	1 472	49,92	50,71	199,90	1 472,81	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Завтрак						
Чевабчичи мясные	100	11,96	15,45	1,63	221,63	ТТК 550/1
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2	ТТК 1069
Салат из свежей капусты с огурцом	20	0,28	0,36	1,42	11,67	ТТК 926
Каша перловая рассыпчатая	180	2,43	2,21	39,47	170,87	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	640	18,06	18,52	83,19	574,88	
*Льготное питание I смена (12 лет и старше)-Обед						
Тефтели Детские	100	14,99	15,81	5,28	256	ТТК 547/1
Картофель запеченный из отварного	200	4,17	6,06	65,74	337,73	ТТК 904
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	50	0,45	0,07	1,98	9,62	ТТК 674
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 913/1
Говядина отварная для I блюд	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 910
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15	ТТК 629
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	850	32,00	32,60	123,27	928,82	
Итого за день:	1 490	50,06	51,12	206,46	1 503,7	
Стоимость питания, руб:						414,00
*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Обед						
Тефтели Детские	100	14,99	15,81	5,28	256	ТТК 547/1
Картофель запеченный из отварного	200	4,17	6,06	65,74	337,73	ТТК 904
Овощное ассорти (огурцы, помидоры)	50	0,45	0,07	1,98	9,62	ТТК 674
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеле	200	4,55	4,34	16,72	104,42	ТТК 913/1
Говядина отварная для I блюд	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 910
Сметана	25	0,61	3,30	0,82	35,86	ТТК 664
Напиток фруктовый Витаминка	200	0,43	0,09	9,48	37,15	ТТК 629
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	850	32,00	32,60	123,27	928,82	

Директор ОУ
Заведующий производством
Медицинский работник



Ковшова А. А.
Рубан А.А.
Мельникова Л. С.

*Льготное питание II смена (12 лет и старше)-Полдник						
Чевабчичи мясные	100	11,96	15,45	1,63	221,63	ТТК 550/1
Пюре Фрумка	90	0	0	8,55	34,2	ТТК 1069
Салат из свежей капусты с огурцом	20	0,28	0,36	1,42	11,67	ТТК 926
Каша перловая рассыпчатая	180	2,43	2,21	39,47	170,87	ТТК 574
Чай зеленый с сахаром	200	0	0	9,08	24,51	ТТК 613
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого:	640	18,06	18,52	83,19	574,88	
Итого за день:	1 490	50,06	51,12	206,46	1 503,7	
Стоимость питания, руб:						414,00
Дополнительное питание II смена (7 -11 лет)						
Биточек Нежный	100	15,05	14,03	17,00	248	ТТК 534
Фруктовая лента	15	0	0	12,15	48	ТТК 1072
Салат из свежих огурцов с картофелем и зеленью	60	0,46	5,93	3,29	48,37	ТТК 1199/1
Каша перловая рассыпчатая	200	2,70	2,45	43,85	189,86	ТТК 574
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 618
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 609
Итого за день:	625	21,79	22,95	106,55	675,24	
Стоимость питания, руб:						121,00

Директор ОУ
 Заведующий производством
 Медицинский работник



Ковшова А. А.
 Рубан А.А.
 Мельникова Л. С.